スマート
e-SMBG

取扱説明書

第二版　2014年5月23日

arkray

目次

はじめに 3

1 スマート e-SMBG アプリをダウンロードする 4

2 スマート e-SMBG アプリを起動する 6

3 各ボタンの説明 7

4 各種データを入力する 8

4-1 血糖関連データの入力 8
4-1-1 血糖値の入力 8
4-1-2 インスリンポンプの入力 9
4-1-3 インスリンの入力 11
4-1-4 お薬ノート 12
4-1-5 イベントの入力 13
4-1-6 メモの入力 14
4-1-7 HbA1c の入力 14
4-1-8 インフォメーション 14
4-2 血糖関連データをグラフで見る 15
4-2-1 時系列グラフ 15
4-2-2 デイリーグラフ 16
4-2-2 日内変動グラフ 17
4-2-4 HbA1c グラフ 18
4-3 血糖関連データの表示・編集 19
4-3-1 PDF の出力 20
4-3-2 血糖値の表示・編集 22
4-3-3 インスリンポンプの表示・編集 23
4-3-4 インスリンの表示・編集 26
4-3-5 ベントの表示・編集 27
4-3-6 メモの表示・編集 27
4-3-7 デイリー表示 28
4-3-8 HbA1c の表示・編集 28
4-4 食事関連データの入力 29
4-4-1 食事の入力 30
4-4-2 クイック（時刻）入力 31
4-4-3 料理検索 31
4-4-4 カーボカウント計算機（研究中） 32
4-4-5 炭水化物早見表 33
4-5 食事関連データをグラフで見る 34
4-6 食事関連データの表示・編集 35

4-6-1 食事表示・編集 35
4-6-2 リマインダー時刻の編集 36
4-7 バイタルデータの入力 37
4-7-1 歩数の入力 37
4-7-2 体重の入力 38
4-7-3 血圧の入力 38
4-7-4 体温の入力 39
4-8 バイタルデータをグラフで見る 40
4-8-1 活動量グラフ 40
4-8-2 歩数グラフ 41
4-8-3 体重グラフ 41
4-8-4 血圧グラフ 42
4-8-5 体温グラフ 42
4-9 バイタルデータの表示・編集 43
4-9-1 活動量の表示・編集 43
4-9-2 歩数の表示・編集 44
4-9-3 体重の表示・編集 44
4-9-4 血圧の表示・編集 45
4-9-5 体温の表示・編集 45

5 その他の機能 46

5-1 チャレンジ 48！ 46
5-2 チャレンジ食後 120 分！ 48
5-3 足の裏を見てみよう！（研究中） 50
5-4 目の検査（研究中） 51
5-5 気分チェッカー（研究中） 51
5-6 計量器（研究中） 52

6 歩数計ウィジェット<Android のみ> 54

7 各種設定 55

7-1 データ関連 55
7-2 血糖 55
7-3 インスリン 56
7-4 お薬ノート 56
7-5 イベント 56
7-6 PDF の出力 56
7-7 食事 57
7-8 歩数計 57
7-9 活動量計（外部） 58

7-10 カーボカウント計算機.....58
7-11 炭水化物早見表.....58
7-12 バイタル.....59
7-13 チャレンジ食後 120 分！カスタム.....59
7-14 E-SMBG クラウド連携.....59
7-15 SV データ送信.....59
7-16 足の裏を見てみよう.....60
7-17 血糖測定器との USB 接続(ANDROID)/血糖測定器との無線接続(IOS) 60

8 e-SMBG クラウド連携.....61

9 お問い合わせ先.....66

はじめに

「スマート e-SMBG」は “血糖値管理”や“食事記録”、"歩数計"や“バイタル管理”など、糖尿病患者様にとって有用なメニューを搭載したアプリです。糖尿病を考える上で近年注目されているカーボカウントを計算するための”カーボカウント計算機”も組み込まれています。

動作環境

必要スペック OS

・Android Ver.2.3.3 以上推奨。　Ver.2.1 以上も動作可能。機能制限あり。
・iPhone 3GS、iPhone 4、iPhone 4S、iPhone 5、iPhone5S、iPod touch（第 3 世代)、iPod touch (第 4 世代) iPod touch　(第 5 世代)、および iPad、iPad mini に対応。 iOS 5.0 以降が必要

1 スマート e-SMBG アプリをダウンロードする

<Android>

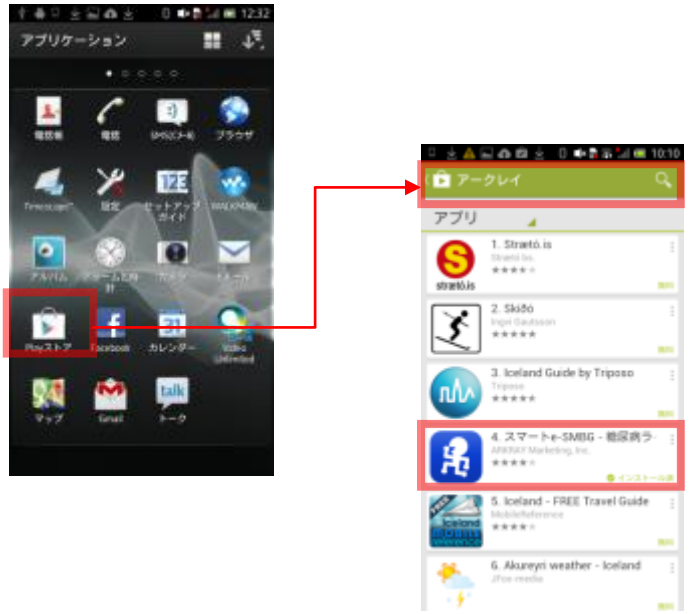
① 以下のいずれかの方法で GooglePlay ストアのダウンロードページにアクセスします。

- URL を直接入力してアクセスする。
  http://e-smbg.net/smart/

- QR コードをスマートフォン(Android)で読み取ってアクセスする。

- ホーム画面から Play ストアのアイコンをタップます。

- Google Play で「アークレイ」を検索すると「スマート e-SMBG」が出てきますので、それをタップします



② ダウンロードページの「インストール」をタップし、次ページで「同意する」をタップして、インストールしてください。

<iOS>

① 以下のいずれかの方法で App Store のダウンロードページにアクセスします。

- URL を直接入力してアクセスする。
  http://e-smbg.net/smart/

- ホーム画面から App store のアイコンをタップする
  検索で「アークレイ」を検索すると、ダウンロードページが出てきます

① ダウンロードページの「無料」をタップして、インストールしてください。

2 スマート e-SMBG アプリを起動する

① スマート e-SMBG のアイコンをクリックしてスマート e-SMBG アプリを起動させます。

② スマート e-SMBG が起動し、以下の画面が表示されます。

3 各ボタンの説明

各ボタンをタップすることで、それぞれの機能を使うことができます。

入力：各項目の入力ができます

各項目のグラフが見られます

すでに入力したデータの表示と編集ができます

入力した血糖値の
・前回データ
・7 日平均
・30 日平均
が確認できます

血糖値、インスリンなど血糖関連データの画面に行きます

各種設定ができます

チャレンジ 48！、計量器など、その他のオプションメニューの画面に行きます

食事関連データの画面に行きます

選ばれたボタンは青色になります

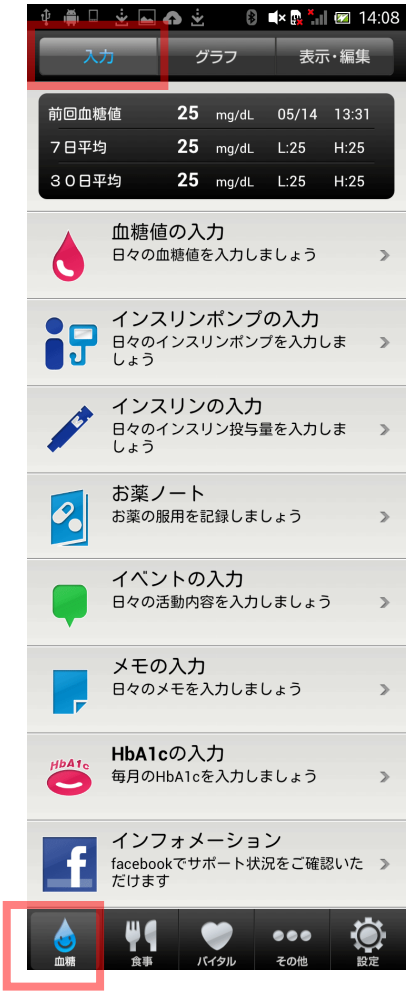
体重・血圧・歩数・体温など、バイタルデータの画面に行きます

4 各種データを入力する

4-1 血糖関連データの入力

血糖関連のデータを入力しましょう

① 血糖値の入力：日々の血糖値を入力できます
② インスリンポンプの入力：日々のインスリンポンプ使用状況を入力できます
③ インスリンの入力：日々のインスリン投与量を入力できます
④ お薬ノート：お薬の服用を記録できます
⑤ イベントの入力：日々の活動内容を入力できます
⑥ メモの入力：日々のメモを入力できます
⑦ HbA1c の入力：毎月の HbA1c を入力できます
⑧ インフォメーション：facebook でのサポート状況をご確認いただけます



4-1-1 血糖値の入力

血糖値を入力します。

1 現在の時刻が表示されます。
現在の日付や時刻以外で入力したい場合は「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってから入力してください

2 入力した血糖値が表示されます

3 血糖値測定のタイミングを入力できます。測定タイミングの入力は「測定タイミング選択」「食前食後選択」の２種類あり、設定から変更できます。

→**7-2** 血糖 参照

●測定タイミング選択

朝食前後、昼食前後、夕食前後、就寝前、夜間、の中から測定のタイミングを選べます。

●食前食後選択

りんごをタップすることで食前/食後が選べます

食前　　 食後

4 数字をタップして血糖値を入力できます

5 インスリンの入力画面にジャンプします。
→**4-1-3** インスリンの入力 参照

6 「入力」ボタンをタップすることでデータは保存され、グラフなどで確認することができます

4-1-2 インスリンポンプの入力

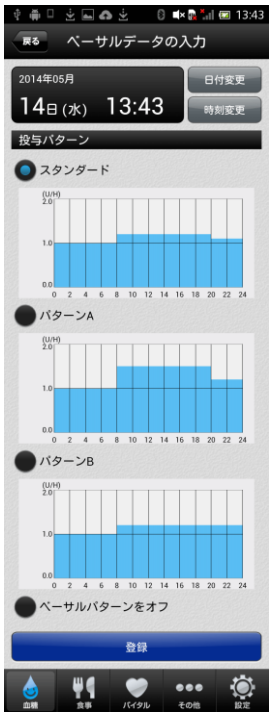
インスリンのポンプの入力ができます。

最初の設定では非表示となっています。表示させたい場合は設定の変更をしてください。　→**7-3** インスリン 参照

1 ベーサル(Basal)データの入力ができます。「スタンダード」「パターンＡ」「パターンＢ」の３種類から選ぶことができます。

パターン詳細はインスリンポンプの表示・編集、および設定から変更することができます。

→**4-3-2** インスリンポンプの表示・編集
→**7-3** インスリン 参照



2 一時ベーサル(TempBasal)データの入力ができます。

3 ボーラス(Bolus)データの入力ができます。
ノーマルボーラス(Now)とスクエアボーラス(Square)が入力できます。

4 カニューレ交換のデータの入力ができます。

※こちらにチェックを入れることで PDF 出力時に表示させることもできます。
→**4-3-1** PDF の出力 参照

5 ポンプの一時停止データの入力ができます。

4-1-3 インスリンの入力

インスリンの値を入力できます。

「1 種類ずつ入力」「まとめて入力」の 2 種類あり、設定から変更できます。

→**7-3** インスリン 参照

●1 種類ずつ入力

1 現在の時刻が表示されます。
現在の日付や時刻以外で入力したい場合は「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってから入力してください

2 入力した値が表示されます

3 インスリンの種類を選択できます。
各インスリンの名前と色は設定から変更することができます。

→**7-3** インスリン 参照

¥

4 数字をタップしてインスリンの値を入力できます

5 血糖値の入力画面にジャンプします。

→**4-1-1** 血糖値の入力 参照

6 「入力」ボタンをタップすることでデータは保存され、グラフなどで確認することができます

●まとめて入力

1 過去に入力した数値を過去 5 件まで呼び出せます。使用したいインスリンをタップすることで入力できます

※ただし、インスリンの名前、もしくは表示色を変えた場合、DO に保存された数値はリセットされます。

2 現在の時刻が表示されます。
現在の日付や時刻以外で入力したい場合は「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってから入力してください

3 「超速効型」「速効型」「待効型」それぞれのインスリン単位を入力できます

4 血糖値の入力画面にジャンプします。

→**4-1-1** 血糖値の入力 参照

5 「入力」ボタンをタップすることでデータは保存され、グラフなどで確認することができます

4-1-4 お薬ノート

お薬の服用が記録できます。

1 服薬チェックする日付が表示されます

2 登録したお薬の中で「服薬チェック」に表示すると設定された薬が表示されます

服用後、こちらにチェックをいれるとデイリーグラフに表示されます。

→**4-2-2** デイリーグラフ参照

3 病院から処方されたお薬情報を登録できます

「服薬チェックに表示」設定を「する」として服薬チェック時刻を設定すると、②の服薬チェックに表示されます。

また、服薬時刻のアラームを設定することもできます。

4 登録されたお薬の一覧を確認できます

5 お薬ノートの「服薬時刻」「アラート通知時間」を設定できます

4-1-5 イベントの入力

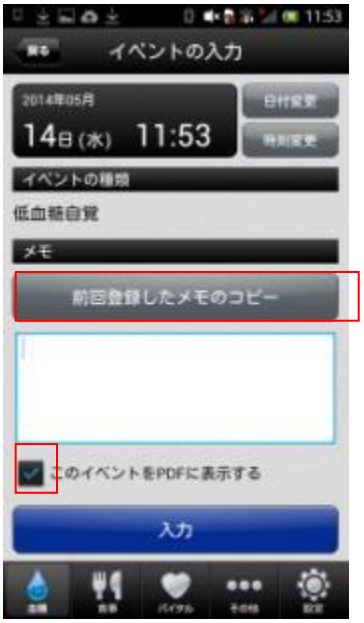
様々なイベントを入力することができます。

1. 低血糖自覚：低血糖と感じたら入力しましょう
2. シックデイ：体調が悪い時を記録しましょう
3. 月経日：月経日を記録しましょう
   最初の設定では非表示となっています。表示させたい場合は設定の変更をしてください。→**7-5** イベント 参照
4. 起床：起きた時に入力しましょう
5. 飲み薬（簡易）：薬を服用した時に入力しましょう
6. 運動：運動した時に入力しましょう
7. 入浴：お風呂に入ったら入力しましょう
8. 就寝：寝るときに入力しましょう
9. ARE：自分だけのイベントを入力しましょう

それぞれのイベントにメモを入力することができます

※前回入力したメモを入力することができます

※PDF 出力時に入力したイベントを表示するかしないか選択できます

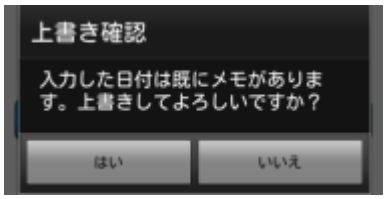


4-1-6 メモの入力

毎日のメモを入力することができます。
「入力」ボタンをタップすることでデータは保存されます。

現在の日付以外で入力したい場合は
「日付変更」で変更を行ってから入力してください。
※時刻変更はできません。

メモは一日に一つしか入力することができません。
既に同一日付で入力されている場合、上書き確認のメッセージが出ます。

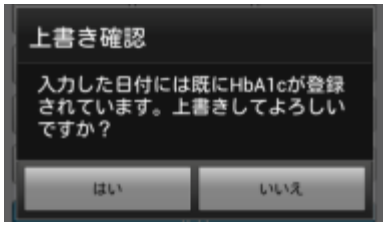


4-1-7 HbA1c の入力

数字キーをタップし、HbA1c を入力します。
「入力」ボタンをタップすることでデータは保存されグラフなどで確認することができます。

現在の日付以外で入力したい場合は
「日付変更」で変更を行ってから入力してください。
※時刻変更はできません。

HbA1c は一日に一つしか入力することができません。
既に同一日付で入力されている場合、上書き確認のメッセージが出ます。



4-1-8 インフォメーション

スマート e-SMBG は facebook でサポート情報を流しています。
こちらから facebook のスマート e-SMBG サポートページに行くことができます。

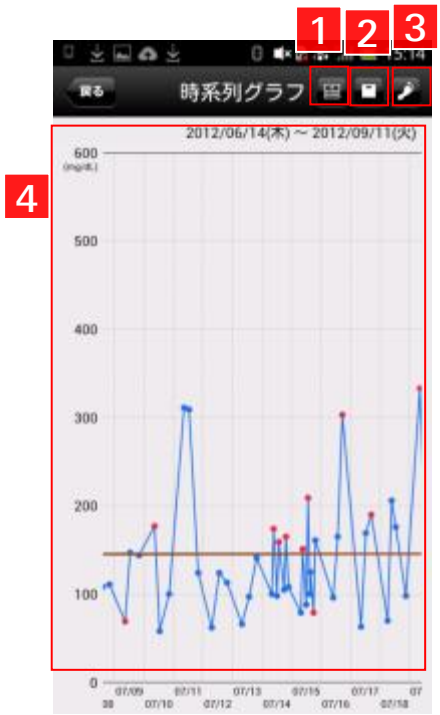
4-2 血糖関連データをグラフで見る

入力した血糖関連のデータをグラフで見てみましょう

① 時系列グラフ：血糖値を時系列グラフで見てみましょう
② デイリーグラフ：各データを日別のグラフで見てみましょう
③ 日内変動グラフ：血糖値の日内変動をグラフで見てみましょう
④ HbA1c グラフ：HbA1c の推移をグラフで見てみましょう

4-2-1 時系列グラフ

血糖値を時系列グラフで見てみましょう

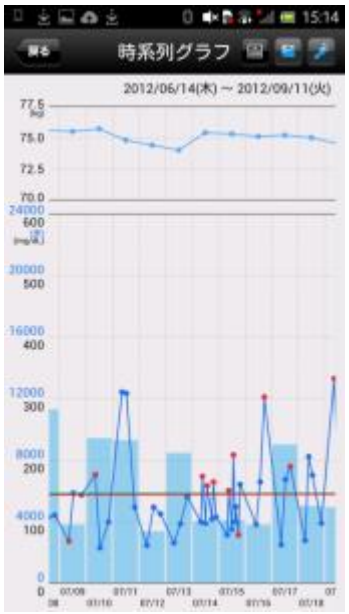


※グラフは９０日分表示されています。
スワイプして、左右に動かすことができます。

1 表示する日付を設定できます

2 このボタンをタップすることで体重グラフを表示させることができます。
再度タップすると消すことができます

3 このボタンをタップすることで歩数の棒グラフを表示させることができます。
再度タップすると消すことができます



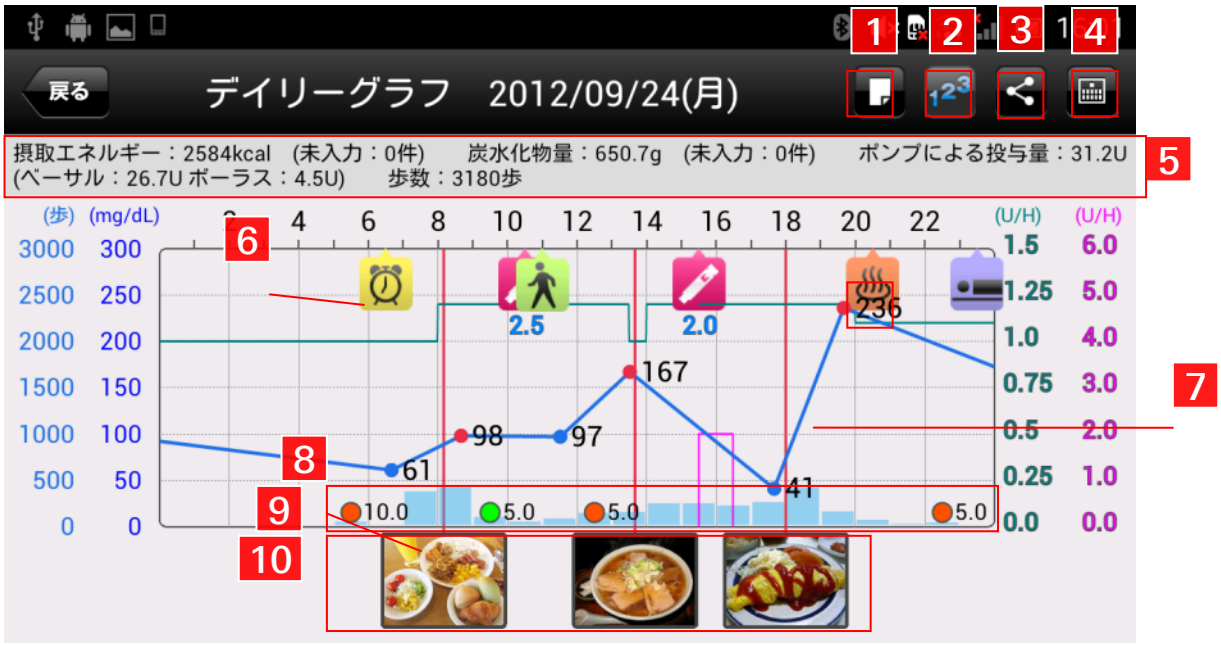
4 時系列グラフが表示されます

- 食前血糖値
- 食後血糖値
- 血糖値推移
- トレンド線
  血糖値の上昇/下降などの傾向を示します
- 平均値線
  表示されている血糖値の平均を示します

4-2-2 デイリーグラフ

各データをまとめて日別のグラフで見ることができます。

※デイリーグラフを見るときは、画面は横長となります。
※こちらはインスリンポンプ表示時のグラフになります。



1 メモが入力されている場合は、こちらのボタンが表示されます。タップすると見ることができます。

2 このボタンをタップすることで血糖値の数字を表示させることができます。
再度タップすると消すことができます。

3 通信：アプリを使ってデイリーグラフを送信することができます

4 日付設定：デイリーグラフの日付を選べます

5 摂取エネルギー、炭水化物量、歩数データ（活動量計を表示する設定の場合は活動量（kcal））、ポンプによる投与量が表示されます。

6 入力したイベントが表示されます。タップすると詳細を見ることができます。

	低血糖自覚		飲み薬		インスリン（Bolus） ※入力した単位が下に表示されます
	シックデイ		運動		カニューレ交換
	月経日		入浴		ARE イベント
	起床		就寝		

7 血糖値の推移が折れ線グラフで表示されます

8 歩数（活動量計を表示する設定の場合は活動量（kcal））の棒グラフが表示されます。
※手入力で入力した歩数は表示されません。

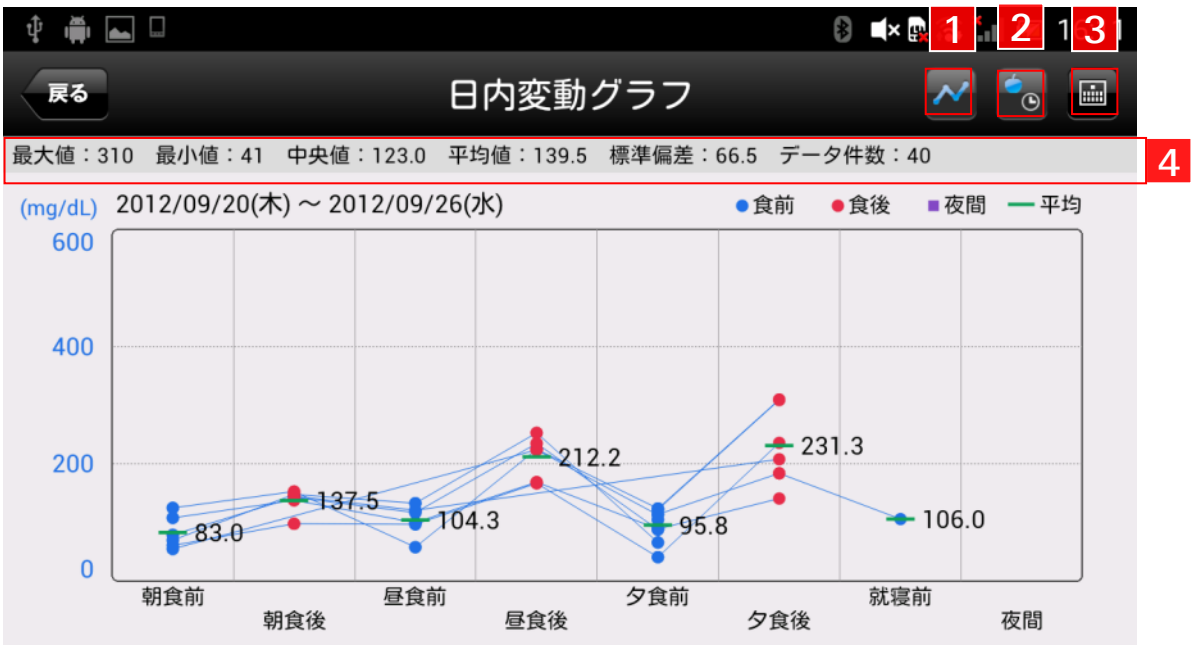
9 入力したインスリンの単位が表示されます。タップすると詳細を表示させることができます

10 撮影した食事の写真が表示されます。撮影した時間に赤い線が引かれます。写真をタップすると詳細を表示させることができます。

4-2-2 日内変動グラフ

１日の血糖値の変動をグラフで見ることができます。

※日内グラフを見るときは、画面は横長となります。



1 このボタンをタップすることで折れ線グラフを消すことができます。
再度タップすると再表示されます。

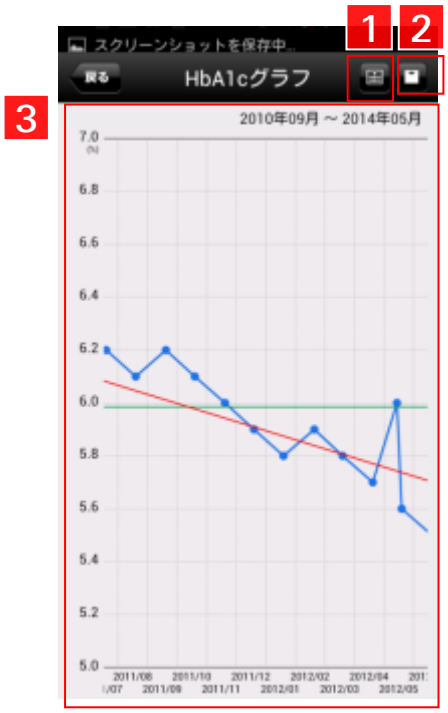
2 測定時間帯表示（血糖値の平均値表示）/時間表示（血糖値の平均値非表示）の切り替えができます。

3 表示させる期間を設定できます。

4 表示させた期間の血糖値の最大値・最小値・中央値・平均値・標準偏差とデータ件数が表示されます。

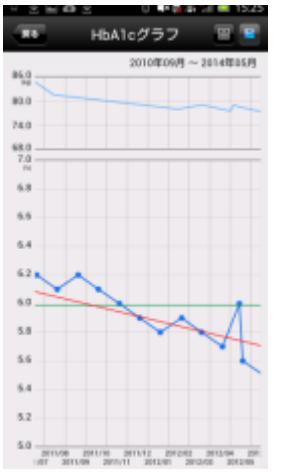
4-2-4 HbA1c グラフ

HbA1c の月毎の変化を見ることができます。



1 表示する日付を設定できます

2 このボタンをタップすることで体重グラフを表示させることができます。
再度タップすると消すことができます。



3 HbA1c のグラフが表示されます

- HbA1c 値
- HbA1c の推移
- トレンド線
  HbA1c の上昇/下降などの傾向を示します
- 平均値線
  表示されている HbA1c の平均を示します

4-3 血糖関連データの表示・編集

入力した血糖関係のデータを表示・編集できます。

① PDF の出力
② 血糖値の表示・編集
③ インスリンポンプの表示・編集
④ インスリンの表示・編集
⑤ イベントの表示・編集
⑥ メモの表示・編集
⑦ デイリー表示
⑧ HbA1c の表示・編集

4-3-1 PDF の出力

入力したデータを PDF にして出力できます。

※血糖自己測定をされている方は、測定記録を日本糖尿病協会の自己管理ノートに記入しご持参ください。

当アプリの PDF を印刷したものを自己管理ノートの代替として使用する場合は主治医にご相談ください。

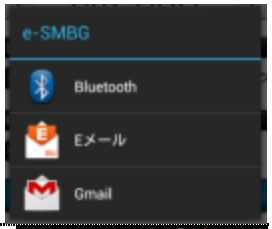
1 月単位出力・期間指定出力を選ぶことができます。
期間単位出力は任意の期間（最大 35 日間）を設定することができます。

月単位出力→

2 PDF を作成する期間を選択できます。
月単位出力の場合は年月を指定します。

3 「血糖値一覧」「血糖値時系列タグ」の PDF を作ることができます。どちらか、もしくは両方を選択してください。

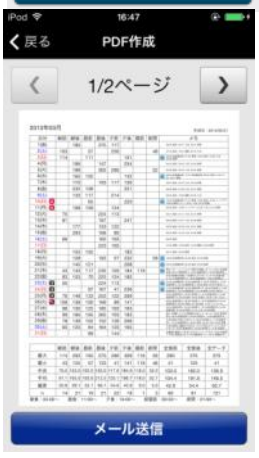
4 ※Android のみ
「保存+メール送信」「保存のみ」を選ぶことができます。
「保存+メール送信」では、保存後送信方法選択画面が表示されます。



5 このボタンをタップするとプレビュー画面が表示されます。

●Android では「保存する」をタップしてデータを保存できます。
PDF が保存されると、保存先が表示されます。

iOS では「メール送信」をタップして、PDF を送信できます。

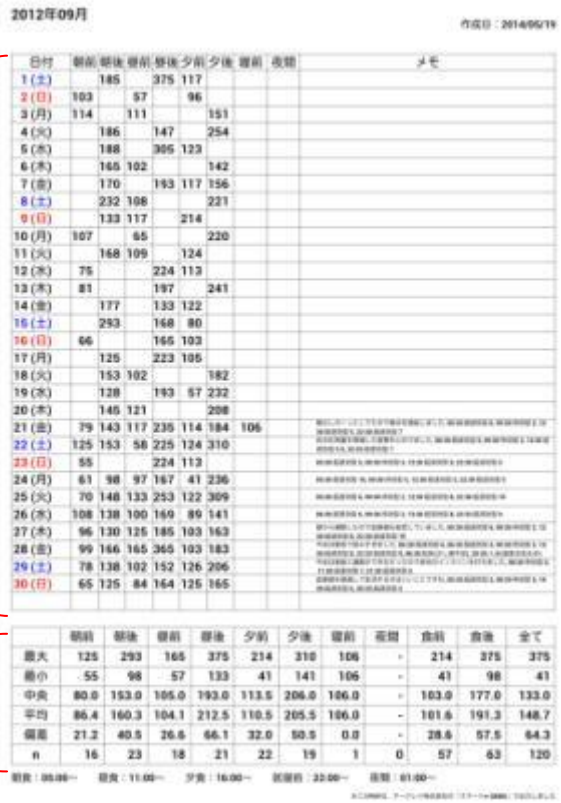


●PDF の見方

血糖値一覧

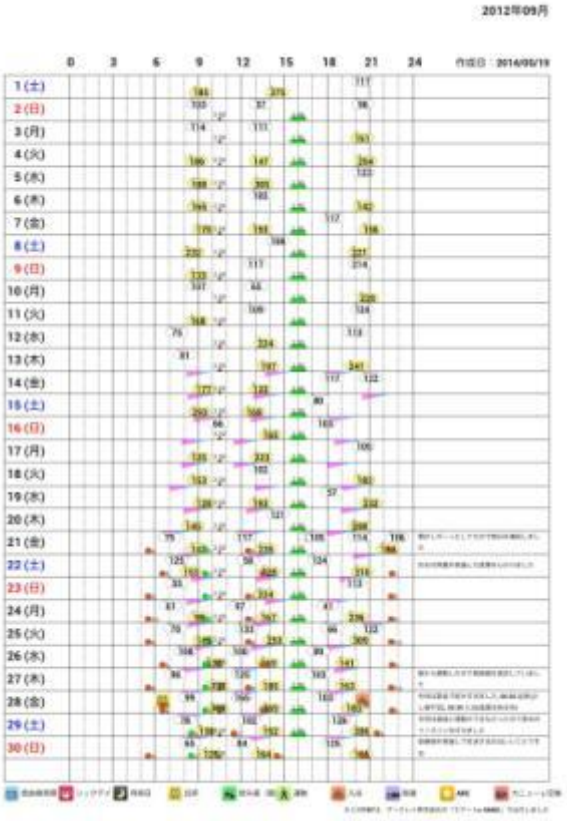
朝食前後/昼食前後/夕食前後/就寝前/夜間　に測定した血糖値がそれぞれ表示されます。
また、それぞれの日に入力したメモも表示されます。
同じタイミングに複数の血糖値の登録がある場合は、最も新しい時間の血糖値が表示されます。

設定した期間中で、朝食前後/昼食前後/夕食前後/就寝前/夜間　に測定した血糖値の最大値/最小値/中央値/平均値/偏差値/n(サンプル数)　を表示します。
また、期間集計として期間内に測定した血糖値全ての中での最大値/最小値/中央値/平均値/偏差値/n(サンプル数)　も表示します。



血糖値時系列タグ

測定した血糖値がそれぞれ表示されます。時系列で表示されます。



4-3-2 血糖値の表示・編集

入力した血糖値の表示・編集ができます。

２段表示、１段表示は「設定」から変更することができます。

1 表示される年月が表示されます。

›ボタンをタップして、表示年月を変えられます。

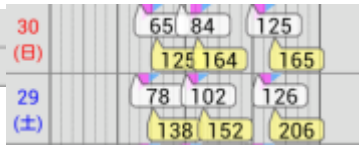
2 １ヶ月分が表示されます。

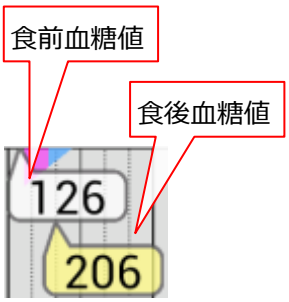
各日に入力した血糖値がそれぞれ表示されます。

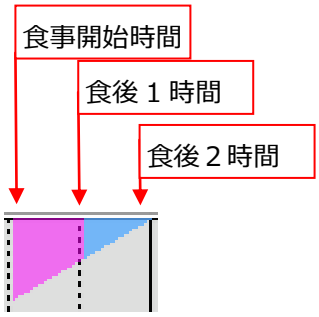
「設定」から１段表示、２段表示を選ぶことができます

↓１段表示

↓２段表示





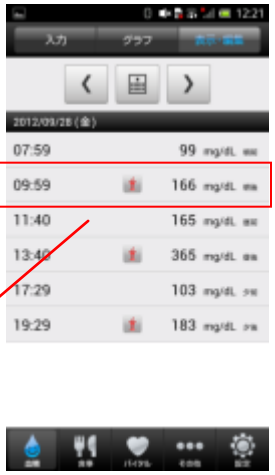


タップすると血糖値データの詳細を表示できます

さらに個々のデータをタップするとデータの編集ができます

現在の日付や時刻以外を確認・編集したい場合は

「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってください。

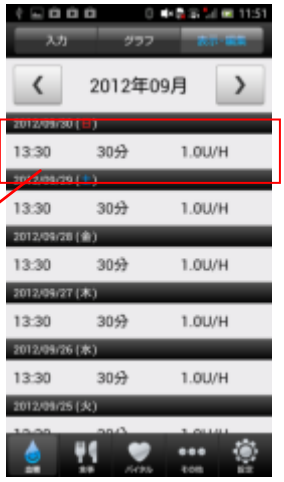


4-3-3 インスリンポンプの表示・編集

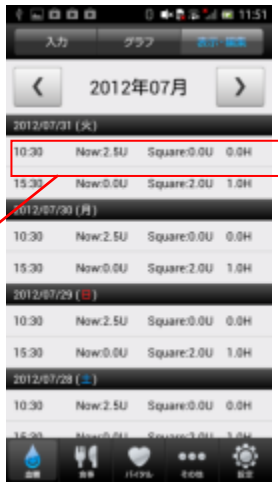
入力したインスリンポンプの表示・編集ができます。

1 ベーサル(Basal)データが表示されます。
それぞれのデータをタップするとパターンの変更・削除ができます。

2 一時ベーサル(TempBasal)データが表示されます。それぞれのデータをタップするとデータの編集・削除ができます。途中キャンセルを選ぶこともできます。



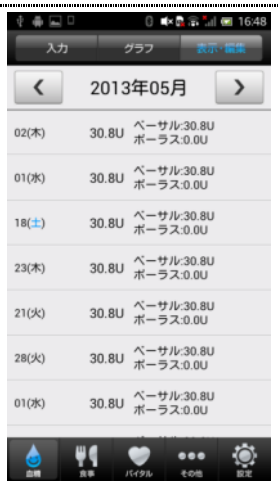
3 ボーラス(Bolus)データが表示されます。
それぞれのデータをタップするとデータの編集・削除ができます。
キャンセルを選ぶこともできます。



4 カニューレ交換のデータが表示されます。
それぞれのデータをタップすると、データの編集・削除ができます。

5 ポンプの一時停止データの表示・編集ができます。

6 日別の総インスリン量が表示されます。それぞれのデータをタップするとデイリーグラフが表示されます。
→**4-2-2** デイリーグラフ参照

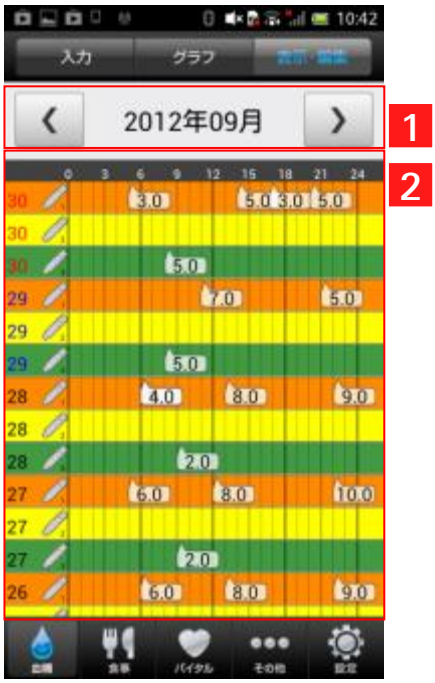


7 ベーサル(Basal)パターンの編集ができます。それぞれのデータをタップするとデータの編集・削除ができます。

こちらからリストを追加することもできます

4-3-4 インスリンの表示・編集

入力したインスリンの表示・編集ができます。

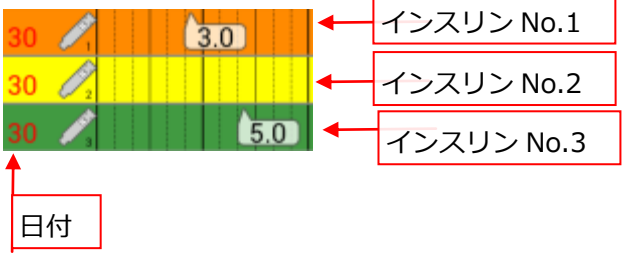


1 表示される年月が表示されます。

ボタンをタップして、表示年月を変えられます。

2 1ヶ月分が表示されます。

各日に入力したインスリン値が、インスリンの種類ごとにそれぞれ表示されます。



タップするとインスリンデータの詳細を表示できます

さらにタップすると、データの編集ができます

現在の日付や時刻以外を確認・編集したい場合は
「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってください。

こちらで変更したグループ名は、このデータにのみ反映されます。元の名前を変更するには、設定から変更してください。

4-3-5 ベントの表示・編集

入力したイベントの表示・編集ができます。

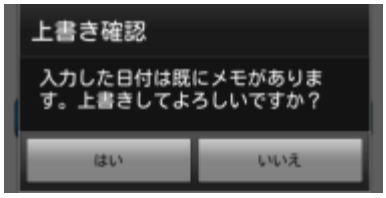
PDF に表示されるイベントには PDF マークがついています

現在の日付や時刻以外で入力したい場合は
「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってから入力してください。
→**4-1-1** 血糖値の入力参照

4-3-6 メモの表示・編集

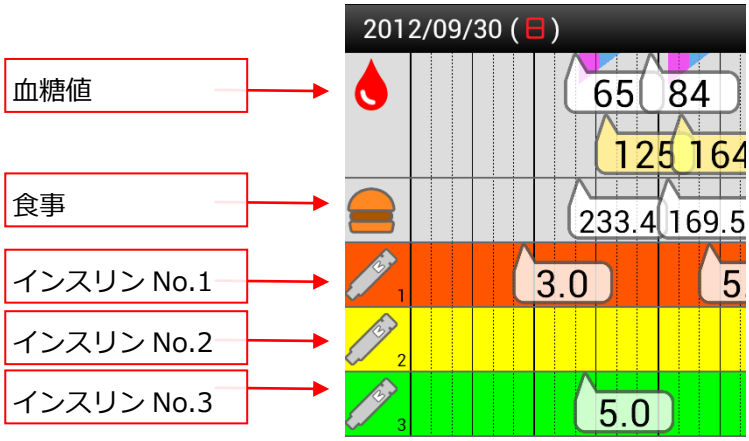
入力したメモの表示・編集ができます。

メモは一日に一つしか入力することができません。
既に同一日付で入力されている場合、上書き確認のメッセージが出ます。



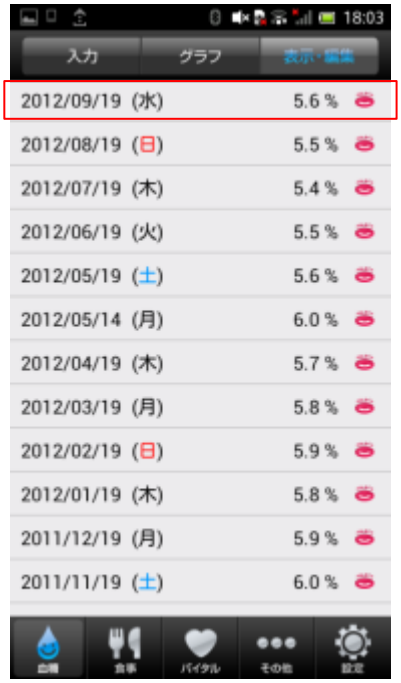
4-3-7 デイリー表示

血糖値・食事・インスリンを並べて見てみましょう。



4-3-8 HbA1c の表示・編集

入力した HbA1c の表示・編集ができます。



日付をタップすると、その日の HbA1c が編集できます

4-4 食事関連データの入力

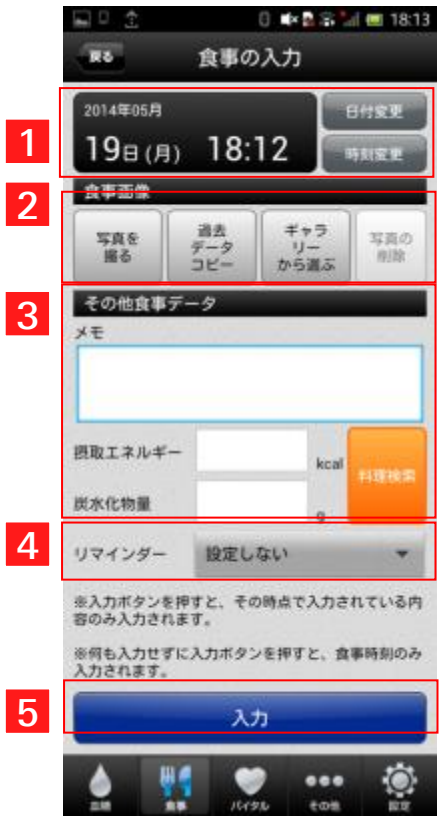
食事関連のデータを入力しましょう

① 食事の入力：日々の食事を入力しましょう
② クイック（時刻）入力：食事時刻だけを入力できます
③ 料理検索：料理の検索ができます

カーボ
④ カーボカウント計算機（研究中）：
　カーボカウントのための便利計算機です
⑤ 炭水化物早見表：オリジナル炭水化物早見表を作りましょう

4-4-1 食事の入力

食事データを入力します。



1 現在の時刻が表示されます。
現在の日付/時刻以外で入力したい場合は「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってから入力してください

2 食事画像を挿入できます

●写真を撮る：カメラが起動し食事を撮影できます。

●過去データコピー
過去に使用したデータを呼び出せます。使用したい写真をタップし、選択します。

※iOS では「e-SMBG のデータ」「フォトアルバム」を選択します。
・e-SMBG のデータ：過去に使用した写真
・フォトアルバム：iOS に保存されている画像

●ギャラリーから選ぶ
※Android のみ
スマートフォンに保存されている写真から選択することができます。

3 食事に関するメモ、摂取エネルギー、炭水化物量などの食事データを入力できます

●料理検索：入力する料理を検索できます
→**4-4-3** 料理検索

4 リマインダーを設定できます。
30 分後～120 分後、もしくは設定した時刻にアラームを鳴らすことができます。
設定で「使用しない」を選択している場合は表示されません。

→**7-7** 食事

5 「入力」ボタンをタップするとデータは保存されます。
何も入力せずタップすると、食事時刻のみ入力されます。

4-4-2 クイック（時刻）入力

食事時刻だけを簡単に入力できます

4-4-3 料理検索

料理を検索し、料理の炭水化物量/エネルギー/たんぱく質/脂質/塩分などを調べることができます。

・カテゴリー検索

カテゴリーから料理を検索できます

・キーワードから探す

キーワードを入力して料理を探します。

4-4-4 カーボカウント計算機（研究中）

カーボカウントのための便利計算機です。

※カーボカウント：近年注目されている新しい食事療法。食後の血糖値上昇は炭水化物の摂取量と関連するため、1 日のうちに摂取する炭水化物の量を計算してコントロールを行う。

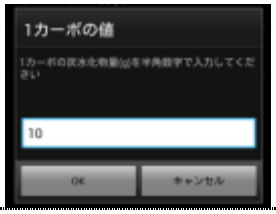
※必ず医師の指導のもとでお使いください

1 目標血糖値を入力します

2 グラム・インスリン比、もしくは
インスリン・カーボ比を入力します

3 グラム・インスリン比とインスリン・カーボ比を切り替えることができます。

1 カーボの値もこちらから入力できます（初期値は 10 となっています）



4 インスリン効果値を入力します

5 食前の血糖値を入力します

6 食事炭水化物量を入力します。手打ちでも入力できますが「計算」を押せば計算機で計算することもできます。

7 数字をタップして炭水化物量を入力し、追加していきます。
早見表から追加することもできます。

「選択」を選ぶと、その食事が入力されます

→**4-4-5** 炭水化物早見表

8 全て入力できたら結果を見ます

4-4-5 炭水化物早見表

オリジナルの炭水化物早見表を作れます。

1 カテゴリーの編集ができます

「編集」をタップすると、カテゴリーの名前/表示色/表示順が変更できます。

新規に追加することもできます

2 食品の新規登録ができます。

3 各食品の編集・削除ができます。

4 カテゴリーを選択できます。

デフォルトで入っているのは以下のデータです

カテゴリー１：主食（炭水化物）

カテゴリー2：野菜

カテゴリー３：果物

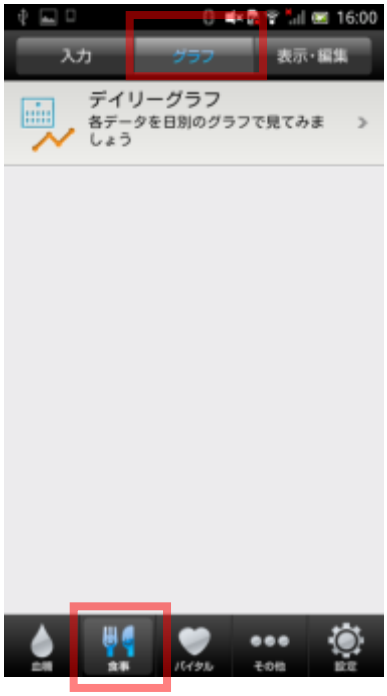
カテゴリー４：おやつ

5 各食品の炭水化物量が表示されます

4-5 食事関連データをグラフで見る

食事・血糖など、各データを日別のグラフで見ることが出来ます。

→**4-2-2** デイリーグラフ参照



4-6 食事関連データの表示・編集

入力した食事関連データを表示・編集できます
リマインダー時刻の編集も出来ます。

① 食事の表示・編集
② リマインダー時刻の編集

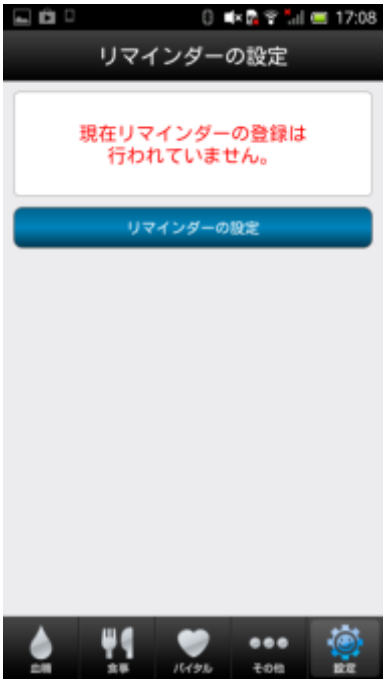
4-6-1 食事表示・編集

入力した食事の表示・編集ができます。
タップすると、その食事を編集することができます。

4-6-2 リマインダー時刻の編集

リマインダー時刻の変更・削除ができます。

※設定がされている場合は、表示されます



・リマインダーの設定

現在時刻から 30 分後/60 分後/90 分後/120 分後、もしくは設定した時刻にアラームを鳴らすことができます

4-7 バイタルデータの入力

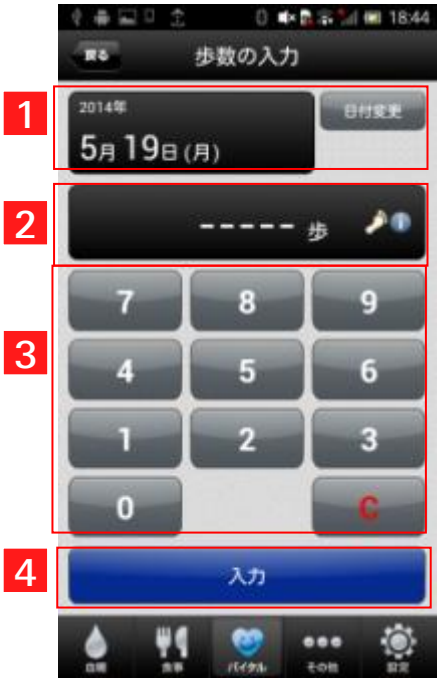
バイタル関連のデータを入力しましょう

① 歩数の入力：日々の歩数を入力しましょう
※iOS で歩数計を使用している場合、ここに歩数が表示されます

② 体重の入力：日々の体重を記録しましょう
③ 血圧の入力：日々の血圧を記録しましょう
④ 体温の入力：日々の体温を記録しましょう

4-7-1 歩数の入力

数字キーをタップし、歩数を入力します。

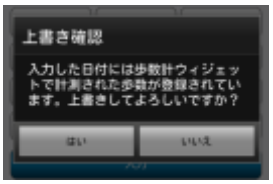


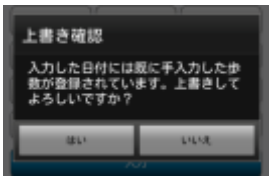
1 現在の日付が表示されます。
現在の日付以外で入力したい場合は「日付変更」で変更を行ってから入力してください
※歩数は一日に一件しか入力することができません

2 入力した歩数が表示されます
入力する際に、すでにウィジェット（Android）もしくは歩数計（iOS）で歩数が入力されている場合は歩数が表示されます

3 数字をタップして歩数を入力できます

4 「入力」ボタンをタップすることでデータは保存され、グラフなどで確認することができます
歩数は一日に一件しか入力することができません。
同一日付で、ウィジェット、もしくは手入力で既に入力されている場合、上書き確認のメッセージが出ます。



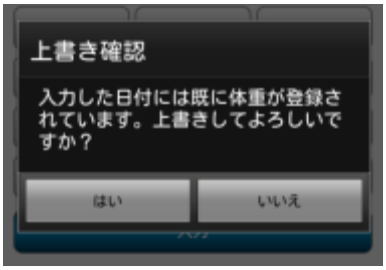


4-7-2 体重の入力

数字キーをタップし、体重を入力します。

1. 現在の日付が表示されます。
   現在の日付以外で入力したい場合は「日付変更」で変更を行ってから入力してください
   ※体重は一日に一件しか入力することができません
2. 入力した体重が表示されます
3. 数字をタップして体重を入力できます
4. 「入力」ボタンをタップすることでデータは保存され、グラフなどで確認することができます

既に同一日付で入力されている場合、上書き確認のメッセージが出ます。



4-7-3 血圧の入力

数字キーをタップし、血圧を入力します。

※血圧は「朝」「夜」それぞれ一件入力できます。

二つ目のデータを入力すると、最初に入力したデータは「朝/夜」から「その他」に変更されます

1. 現在の時刻が表示されます。
   現在の日付や時刻以外で入力したい場合は「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってから入力してください
2. どのタイミングで測定した血圧かを選択します
3. 最高血圧/最低血圧/脈拍を入力できます。
   服薬の有無やメモも入力できます。
4. 「入力」ボタンをタップすることでデータは保存され、グラフなどで確認することができます

4-7-4 体温の入力

数字キーをタップし、体温を入力します。

1. 現在の時刻が表示されます。
   現在の日付や時刻以外で入力したい場合は「日付変更」および「時刻変更」で変更を行ってから入力してください
2. 入力した体温が表示されます
3. 数字をタップして体温を入力できます
4. 「入力」ボタンをタップすることでデータは保存され、グラフなどで確認することができます

4-8 バイタルデータをグラフで見る

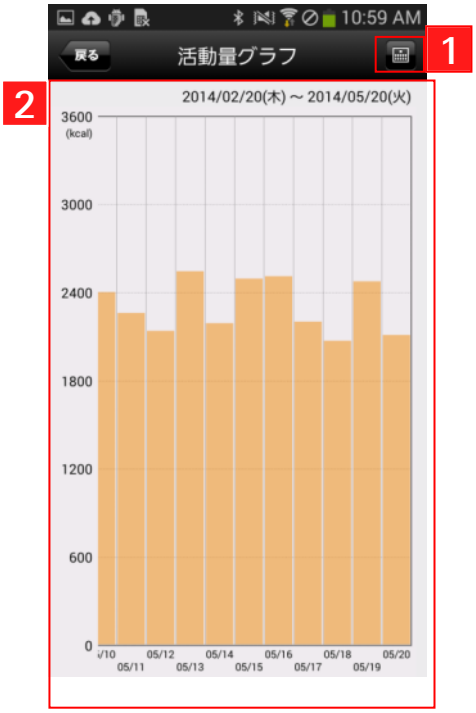
入力したバイタルデータをグラフで見てみましょう

① 活動量グラフ：活動量をグラフで見てみましょう
※設定から非表示にすることもできます
→7-9 活動量計
② 歩数グラフ：歩数をグラフで見てみましょう
③ 体重グラフ：体重の推移をグラフで見てみましょう
④ 血圧グラフ：血圧の推移をグラフで見てみましょう
⑤ 体重グラフ：体温をグラフで見てみましょう

※活動量計を表示する設定の場合、活動量計グラフが一番上に表示されます。

4-8-1 活動量グラフ

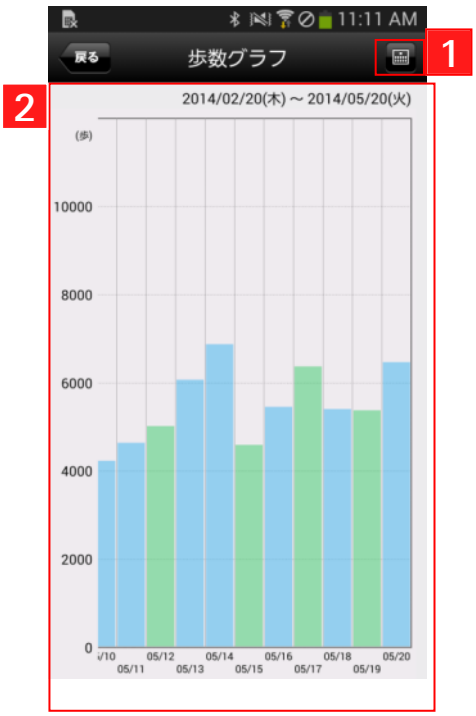
活動量をグラフで見てみましょう



1 表示する日付を設定できます。
2 活動量のグラフが表示されます

4-8-2 歩数グラフ

歩数をグラフで見てみましょう



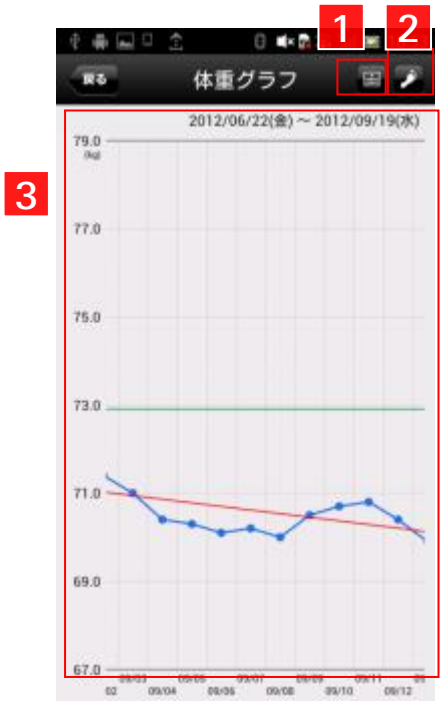
1 表示する日付を設定できます。

2 歩数のグラフが表示されます

・青色：歩数計で計測した歩数
・緑色：手入力した歩数
で、それぞれ表示されます

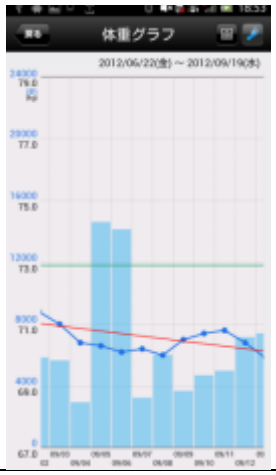
4-8-3 体重グラフ

体重の推移をグラフで見てみましょう



1 表示する日付を設定できます

2 このボタンをタップすることで歩数グラフを表示させることができます。
再度タップすると消すことができます。

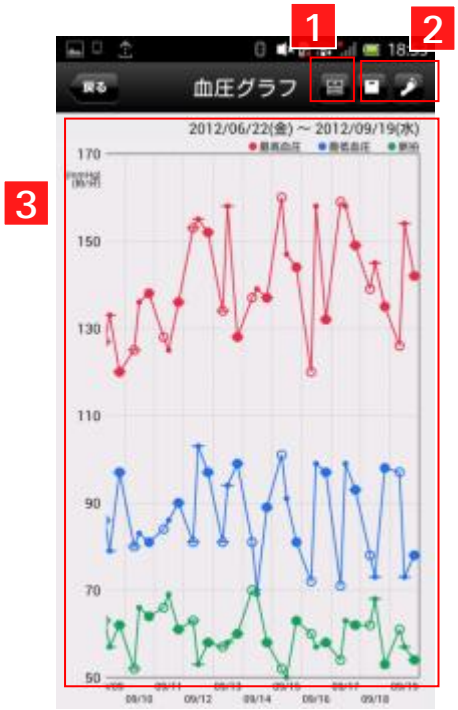


3 HbA1c のグラフが表示されます

- ● 体重
- ▬ 体重推移線
- ▬ トレンド線
  体重の上昇/下降などの傾向を示します
- ▬ 平均値線
  表示されている体重の平均を示します

4-8-4 血圧グラフ

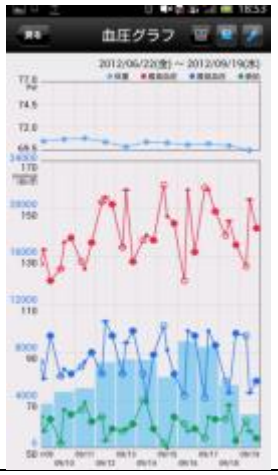
血圧の推移をグラフで見てみましょう



1 表示する日付を設定できます

2 このボタンをタップすることで歩数グラフと体重グラフを表示させることができます。どちらか一方だけ表示させることもできます。

再度タップすると消すことができます。



3 血圧のグラフが表示されます

- 赤色：最高血圧
- 青色：最低血圧
- 緑色：脈拍

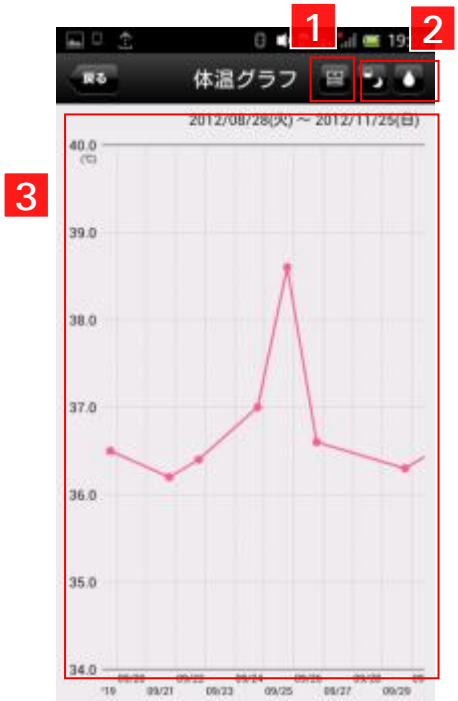
- 朝の血圧
- 夜の血圧
- その他の血圧
- 服薬をした

設定から「朝・夜のみ表示」に変更することもできます。

→7-12 バイタル　●血圧グラフ表示モード

4-8-5 体温グラフ

体温をグラフで見てみましょう



1 表示する日付を設定できます

2 このボタンをタップすることで血糖値グラフとシックデイ/月経日のアイコンを表示させることができます。
再度タップすると消すことができます。

2 体温のグラフが表示されます

- 体温
- 体温推移

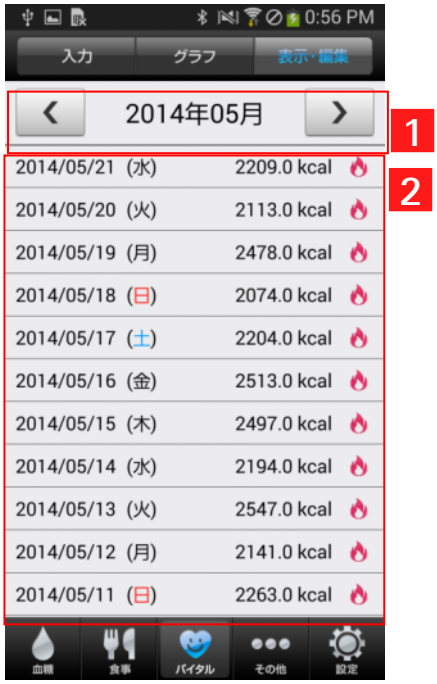
4-9 バイタルデータの表示・編集

入力したバイタルデータを表示・編集できます。

① 活動量計から取得したデータの表示・編集
② 歩数の表示・編集
③ 体重の表示・編集
④ 血圧の表示・編集
⑤ 体温の表示・編集

4-9-1 活動量の表示・編集

活動量計から取得したデータの表示・編集ができます。



1 表示される年月が表示されます。
›ボタンをタップして、表示年月を変えられます。

2 各日に入力した活動量が１ヶ月分表示されます。
※活動量のデータの編集はできません。

4-9-2 歩数の表示・編集

入力した歩数の表示・編集ができます。

1 表示される年月が表示されます。

ボタンをタップして、表示年月を変えられます。

2 各日に入力した歩数が１ヶ月分表示されます。

右端のアイコンは、歩数計のデータか手入力かを表しています。

歩数計

手入力

タップすると、その歩数を編集することができます。

4-9-3 体重の表示・編集

入力した体重の表示・編集ができます。

1 表示される年月が表示されます。

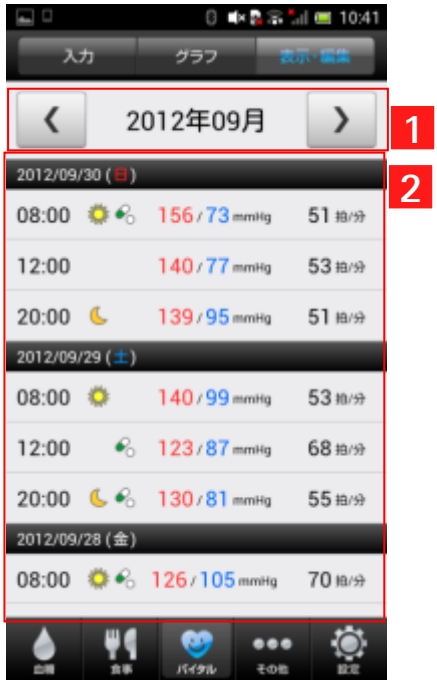
ボタンをタップして、表示年月を変えられます。

2 各日に入力した体重が１ヶ月分表示されます。

タップすると、その体重を編集することができます。

4-9-4 血圧の表示・編集

入力した血圧の表示・編集ができます。



1 表示される年月が表示されます。

›ボタンをタップして、表示年月を変えられます。

2 各日に入力した血圧が１ヶ月分表示されます。

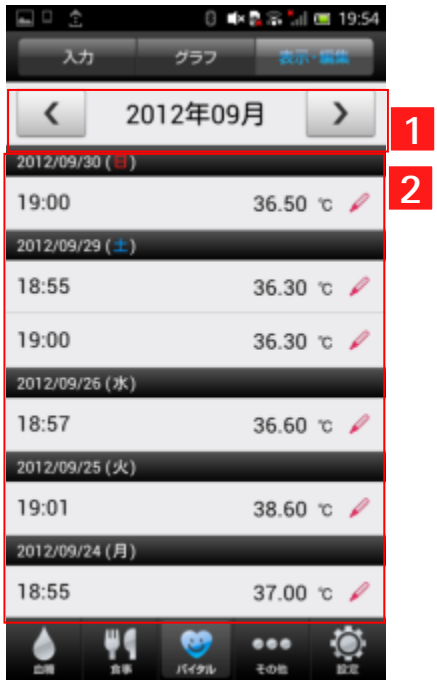
※「朝」「夜」に二つ目のデータを入力すると、最初に入力したデータは「朝/夜」から「その他」に変更されます

朝の血圧　夜の血圧　服薬

タップすると、その血圧を編集することができます。

4-9-5 体温の表示・編集

入力した体温の表示・編集ができます。



1 表示される年月が表示されます。

›ボタンをタップして、表示年月を変えられます。

2 各日に入力した体温が１ヶ月分表示されます。

タップすると、その体温を編集することができます。

5 その他の機能

① チャレンジ 48！
② チャレンジ食後 120 分！
③ 足の裏を見てみよう！（研究中）
④ 目の検査（研究中）
⑤ 気分チェッカー（研究中）
⑥ 計量器（研究中）

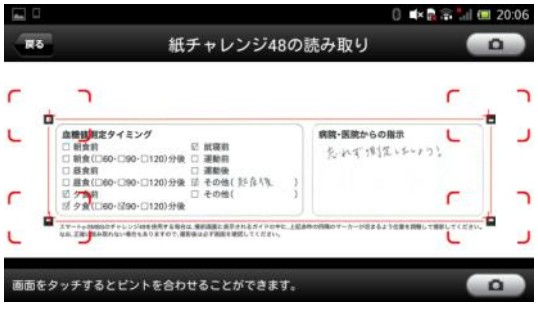
5-1 チャレンジ 48！

2 日間の血糖値、食事、イベント等を記録し、振り返ることができます。

1 紙チャレンジを読み込みます
紙チャレンジはこちらからダウンロードできます
https://cloud.e-smbg.net/challenge48.html

左上部の赤い枠内に必要事項を記入してください

必要事項を記入した紙チャレンジをここから読み込みます
紙チャレンジの四隅の黒い四角を、赤枠中央におさめるようにして撮影してください



正しく撮影されると、紙チャレンジの内容が読み込まれます

2 紙チャレンジが読み込めなかった場合、ご参照ください
※Android のみ

3 血糖値を測定するタイミングを設定して、新しいチャレンジ 48！を始めます。

・朝食前/朝食後
・昼食前/昼食後
・夕食前/夕食後
・就寝前　・運動前/運動後
・その他、お好みのタイミング

4 登録したチャレンジを確認したり、PDF で出力したりできます

5 病院の PC(SMBG Viewer)とデータ通信できます。

5-2 チャレンジ食後 120 分！

食前、食後 30 分、60 分、120 分の血糖値を測り、血糖値をグラフ化することで、食べ物や運動によって血糖パターンがどう変わるか体験できます。

1 新しいチャレンジを始めます。

８種類の既存のチャレンジメニューとお好みで測定パターンを作れるカスタムメニューがあります

タップしてチャレンジするメニューを選びます

2 今までのチャレンジ履歴を見ることができます。

タップすると詳細を確認することができます。

●チャレンジ食後 120 分の入力

1. 食事を始めた時にスタートボタンをタップしてください
2. 食事内容と体調を入力してください
3. 血糖値を入力します。
   食事の前に食前血糖値を入力し、その後食後 30 分/60 分/120 分でそれぞれ血糖値を測定し、入力してください
4. 入力した血糖値がグラフで確認できます
5. メモを入力することができます
6. 入力したチャレンジを保存して終了するか、保存せずに終了するか選択してください

5-3 足の裏を見てみよう！（研究中）

写真を撮って足の裏を確認してみましょう。

1 カメラが起動します。
タイマー撮影を選択することもできます。

2 今までの足裏写真の記録を見ることができます。

また、メールで写真を送信することもできます。

5-4 目の検査（研究中）

視力を検査してみましょう

1 ここをタップすると右のような画面になります。
○メートル離れたところにスマートフォンをおき、マークが見えれば「次へ」をタップします。

見えなくなったところが、あなたの視力のレベルです。
そこで「記録する」をタップすると保存されます。

2 今までの視力測定の記録を見ることができます。

タップすると詳細を見ることができます。※Android のみ

5-5 気分チェッカー（研究中）

今の気分を見てみましょう。

表示される質問に対して「めったにない」「時々そうだ」「しばしばそうだ」「いつもそうだ」の中から選んで答えてください。

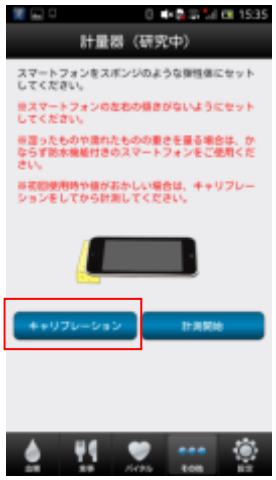
20 個の質問に答えると、あなたの今の気分が評価されます。
前回の結果も表示されます

※この結果は診断結果ではありません。あくまで目安としてお使いください。

5-6 計量器（研究中）

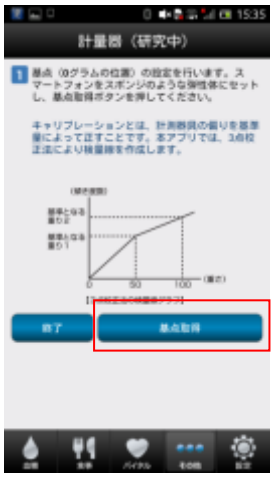
食べ物の重さを測ってみましょう

.

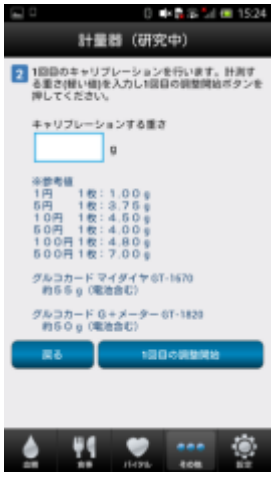


計量器を使用する前に、キャリブレーションが必要です
以下のものをご準備ください

○スポンジのような弾性体のもの
○重さが違うもの２つ



基点（０ｇ）を設定します。
スマートフォン上部をスポンジに乗せ「基点取得」をタップします。



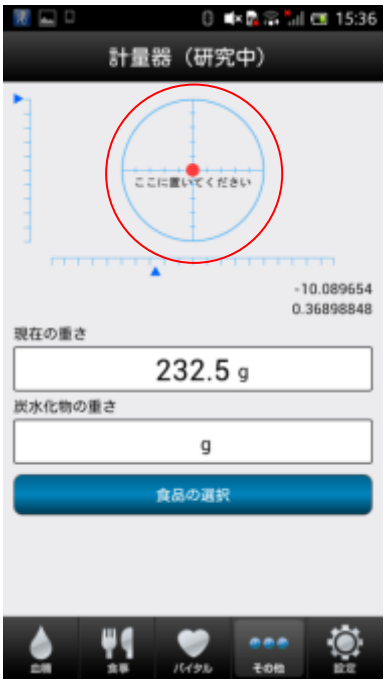
1 回目のキャリブレーションに使用する物を用意します。（2 つのもののうち、軽い方を使用します）の重さを記入してください。

円の中心に重さをはかるものを置いて、「1 回目の調整開始」をタップします。
※スマートフォンはスポンジに乗せたままにしておいてください

２回目も同様に行います。

これでキャリブレーションは完了です。
「終了」をタップすると、計量を開始することができます。

・計量器を使って計量をする



キャリブレーションに使用したスポンジに、スマートフォンをセットします。
「ここに置いてください」と指示されたところを中心に、計測したいものを置いてください。

「食品の選択」から食品を選択すれば、計測した食品の炭水化物量を表示させることが

6 歩数計ウィジェット<Android のみ>

歩数計ウィジェットをホームスクリーンに設置することができます。

歩数計ウィジェットで計測した歩数は、アプリ内に保存されます。

1 ホーム画面でアプリのアイコンの無いところで画面を長押しします。

左図のように、他のアプリのアイコンが無いところで画面を長押しします。
※空きスペースが縦x横で、「1x2」、もしくは「1x4」必要となります。

2 一覧画面が表示されたら、「ウィジェット」を選択します。

左図のような画面が表示されたら、「ウィジェット」を選択します。

3 ウィジェット選択画面が表示されたら、「歩数計**1x2**」または「歩数計**1x4**」を選択します。

左図のような画面が表示されたら、「歩数計1x2」または「歩数計1x4」を選択します。

4 選択したウィジェットが表示されたら、ウィジェットの左側アイコン付近をタッチします。

左図のように、動作がOFFであれば、ウィジェットの左側アイコン付近をタッチします。

※動作がONであれば、これで歩数計を利用することができます。

5 動作モード切り替えダイアログで、「**ON**」を選択し**OK**ボタンを押します。

左図のダイアログが表示されたら、「ON」を選択し、OKボタンを押します。

6 **ON**に表示が変われば、これで歩数計を利用することができます。

左図のように、「ON」に表示が変われば、これで歩数計を利用することができます。

※同時に2つのウィジェットを配置することもできますが、誤動作の原因となります。

※ウィジェットを削除する場合は、アイコンの場合と同様、ウィジェットをドラッグしてゴミ箱に入れてください。

7 各種設定

各種設定を変更できます

7-1 データ関連

●データ保存先　※Android のみ

データの保存先を、携帯端末/SD カードから選択できます

●データ削除

古いデータの削除を行えます

3 ヵ月/6 カ月/9 カ月/12 カ月前のデータを削除できます

※削除したデータは復元できません

●バックアップ

バックアップデータが作成されます。

※iOS では事前に iCloud の設定を完了させておく必要があります

●最適化

データベースの最適化を行えます。

最適化を行うことで表示速度/処理速度が改善されます

●リストア

バックアップしたデータからリストアを行います

7-2 血糖

●血糖値の表示方法

血糖データの表示の 1 段表示/2 段表示が選べます

→4-3-1 血糖の表示・編集

●血糖値の単位

血糖値の入力単位を mg/dL か mmol/L から選べます

●測定タイミングの入力方式

「測定タイミング選択」「食前食後選択」のどちらかが選べます。

●測定時間帯

測定時間帯の設定ができます。

デフォルトの設定は以下となっています

- 朝食：05:00-11:00
- 昼食：11:00-16:00
- 夕食：16:00-22:00

- 就寝前：22:00-01:00
- 夜間：01:00-05:00

7-3 インスリン

●インスリン名

インスリン名や表示色を変更できます

●インスリン入力モード

「１種類ずつ入力」「まとめて入力」のどちらかを選べます

●インスリンポンプメニュー

インスリンポンプメニューを表示するかしないかを選べます

●インスリンポンプ ベーサル投与パターン

ベーサル（Basal）の編集ができます。

スタンダード/パターン A/パターン B がそれぞれ変更できます。

7-4 お薬ノート

●服薬時刻

服薬時刻の設定ができます

●アラート通知時間

アラート通知時間（秒）の設定ができます。

●データの初期化

データの初期化ができます、初期化した場合、データはすべて削除されます

7-5 イベント

●月経日の入力

月経日の入力をするかしないか選択できます

入力をしない場合、イベント入力には表示されません

●PDF 表示のチェック

入力したイベントの PDF 表示のチェックを

「前回入力時と同じ」「常にチェックあり」「常にチェックなし」から選択できます。

7-6 PDF の出力

PDF 出力の際に使用するメールアドレスを３件まで登録できます

PDF を送信する際には、登録したメールアドレス全てが宛先に含まれます

7-7 食事

●カメラ撮影モード　※Android のみ

カメラ撮影のモード選択ができます。機種などに応じて変更してください。

●ギャラリーに写真を保存（Android）/アルバムに写真を保存（iOS）

アプリ内で撮影した写真をスマートフォンのギャラリーに保存するかしないかを変更できます。

●メモに料理名を転記

メモに料理名を転記するかしないかを変更できます。

●リマインダーの使用

リマインダーを使用するかしないかを変更できます。「使用しない」を選択すると、リマインダーを使用するメニューは表示されなくなります。

●リマインダー通知時間　※Android のみ

リマインダーの通知時間（アラームが鳴る秒数）が変更できます。

●リマインダーの設定

リマインダーの設定ができます。

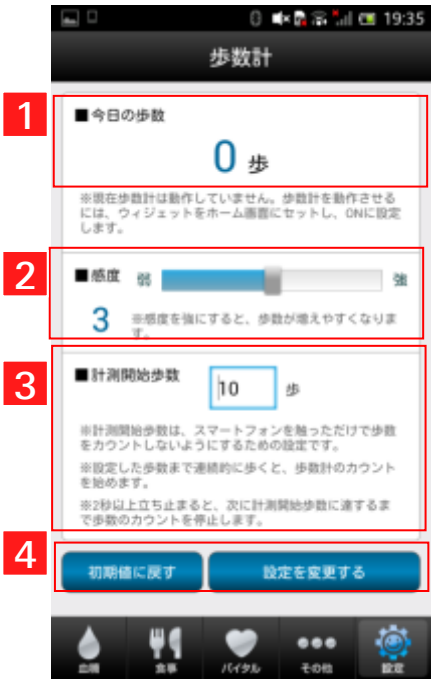
→4-6-2 リマインダー時刻の編集

7-8 歩数計

歩数計の設定の変更ができます。

今日の歩数の確認もできます※Android のみ

●Android



1 今日の歩数が表示されます。

2 歩数計の感度を設定できます。
感度を強にすると歩数が増えやすくなります。

3 計測開始歩数を設定できます。
設定した歩数まで連続的に歩くと、歩数計のカウントが始まります。

4 「設定を変更する」をタップすると変更が完了します。
「初期値に戻す」をタップすると初期値に戻ります。

●iOS

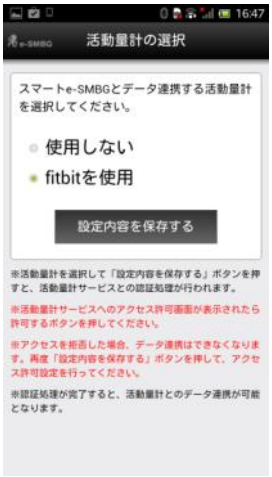
1 歩数計を利用するかしないかを選択します

2 歩数計の感度を設定できます。
感度を強にすると歩数が増えやすくなります。

3 計測開始歩数を設定できます。
設定した歩数まで連続的に歩くと、歩数計のカウントが始まります。

4 「設定を変更する」をタップすると変更が完了します。
「初期値に戻す」をタップすると初期値に戻ります。

7-9 活動量計（外部）



●活動量計の選択

使用する活動量計を選べます

※現在は fitbit の活動量計のみ連携可能となっています

fitbit の「Flex」「Zip」「One」３種すべてに対応しています

※活動量計計との連携には

e-SMBG および Fitbit.com（www.fitbit.com）への登録が必要となります

●活動量メニュー

活動量計のデータを表示するかどうか選択できます

7-10 カーボカウント計算機

●計算モード

グラム・インスリン比、インスリン・カーボ比が変更できます

●計算モード

1 カーボの値が変更できます。初期値は１０となっています

7-11 炭水化物早見表

●データの初期化

炭水化物早見表のデータを初期化できます。

初期化すると、新規登録したデータは全て削除され、変更・削除したデータは初期の内容に戻ります

7-12 バイタル

●体重の単位

体重の単位を kg/lb から選択できます

●血圧グラフ表示モード

血圧グラフで「全データ表示」「朝・夜のみ表示」を変更できます

→4-3-1 血糖の表示・編集

●体温の単位

体温の単位を℃/℉から選択できます

7-13 チャレンジ食後 120 分！カスタム

●メニュータイトル

カスタムメニューの表示を変更できます

●メニューコメント

カスタムメニューに表示されるコメントを変更できます

●食後測定時刻 1～4

それぞれの食後測定時刻を何分後にするか設定できます

●食後運動の有無

食後運動の項目を表示させるかを設定できます

7-14 e-SMBG クラウド連携

以下の設定ができます

●e-SMBG クラウド　ログイン ID/パスワード

●e-SMBG 自動同期

●測定時間帯設定

●最終同期日時確認

7-15 SV データ送信

●SV データ送信メニュー

SV データ送信メニューを表示するかしないかを選べます。

●SMBG Viewer 患者 ID

患者 ID を入力できます。

●SMBG Viewer の IP アドレス

IP アドレスが設定できます。

7-16 足の裏を見てみよう

●メール送信

メール送信をするかどうかの設定ができます。

●メールアドレス

メールの送信先のアドレスを設定できます。

●SD 保存　※Android のみ

SD カードに保存するかどうかを設定できます。

●SD カード保存先　※Android のみ

SD カードの保存先を設定できます。

●足裏画像サイズ　※Android のみ

足裏画像を撮影するサイズを選べます。

7-17 血糖測定器との USB 接続(Android)/血糖測定器との無線接続(iOS)

●接続実績のある Android 端末　※Android のみ

血糖測定器との接続実績のある端末一覧が確認できます

●メーターのカスタム画面設定/削除　※Android のみ

GT-1830 のカスタム画面設定、削除ができます

●メーターの Bluetooth 設定　※iOS のみ

> ★対応機種は以下となります。
> 機種　:iPhone4S 以降、iPod touch(第 5 世代以降)、iPad(第 3 世代以降)、iPad mini
> OS　:iOS5 以降

以下の Bluetooth 設定ができます

- ・メーター登録（説明文を読みながらメーター登録を行います）
- ・測定結果読み上げ
- ・スプラッシュ画面表示時間
- ・測定タイミング選択画面表示
- ・測定結果の e-SMBG 自動連携
  ※e-SMBG の ID/パスワードがアプリに設定されている場合のみ表示されます
- ・メーターのカスタム画面の画像設定
- ・メーターのカスタム画面の画像削除
- ・トラブルシューティング

●Bluetooth の設定方法を動画で確認する　※iOS のみ

Bluetooth の設定方法を動画で確認できます（ネット接続が必要です）

8 e-SMBG クラウド連携

e-SMBG クラウドと連携させ、記録した情報を e-SMBG クラウドサーバーに転送することができます。

※連携には e-SMBG クラウドへの会員登録が必要となります

1 e-SMBG に未送信データを手動で送信できます。今日を含む過去一カ月分の、まだ送信されていないデータがすべて送信されます。

2 期間を設定して（最大 31 日）e-SMBG に手動でデータを送信できます。

3 e-SMBG の新規登録ができます。
※e-SMBG のインターネットサイトへ接続されます。
※詳しい登録方法は
　後の●e-SMBG の登録をご覧ください

4 e-SMBG の以下の設定ができます
●e-SMBG クラウド　ログイン ID/パスワード
●e-SMBG 自動同期
●測定時間帯設定
●最終同期日時確認

5 自動データ同期についての説明が書かれています

●「e-SMBG クラウド」に会員登録する

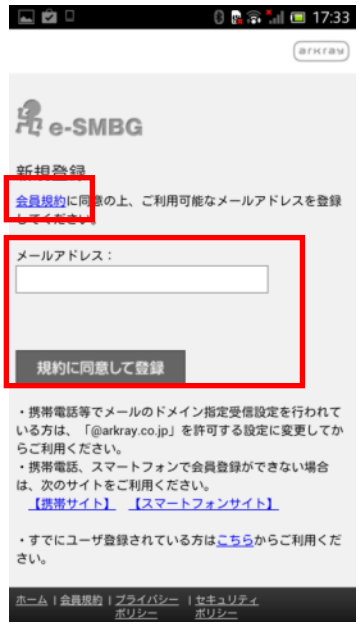
① 「設定」メニューの「e-SMBG 連携」を選択します。
e-SMBGクラウドのログインIDが未設定の状況ですと､「ログインID未設定エラー」が表示されます。「OK」ボタンを選択して、エラーメッセージを解除します。

② e-SMBG 新規登録を選択すると、e-SMBG クラウドの Web トップ画面が表示されますので、「新規登録」ボタンを選択します。

同様の操作は PC のブラウザ画面からもできます
「糖尿病管理 e-SMBG」https://cloud.e-smbg.net/

③ 「会員規約」をタップして会員規約の内容を確認したうえで
メールアドレスを入力し、「規約に同意して登録」をタップします

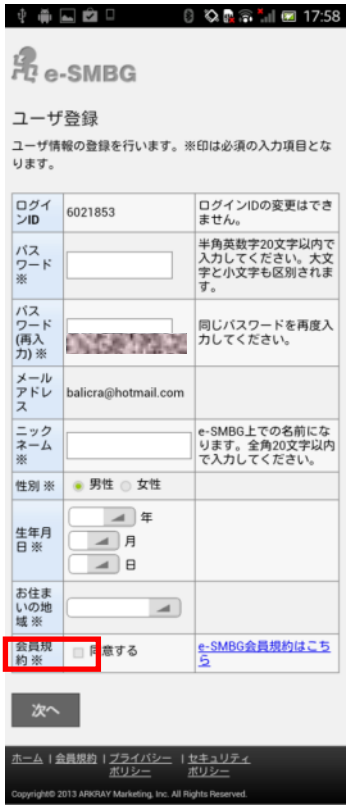
④ 入力したアドレスに「【e-SMBG】ユーザ登録のご案内」が届きますので、
「ユーザ登録用 URL」を選択し、ユーザ登録画面を開きます



⑤　ユーザ登録画面が開きます。

パスワード、ニックネームなど、必要項目を入力し、「次へ」ボタンを押します。

※　ニックネームは、実名である必要はありません。e-SMBG クラウド上で自分の名前として表示したい名称を入力してください。



⑥　測定時間帯の設定を行います。生活習慣が普通の方は、特に変更せずに「登録内容の確認」ボタンを押します。

⑦　登録内容の確認画面が問題なければ「登録する」ボタンを押すとユーザ登録完了です。ログインボタンを押すと、そのまま e-SMBG クラウドの画面が開きます。

⑧　ユーザ登録完了後は、ユーザ登録完了を知らせるメールが届きます。ログイン ID とパスワードが記されていますので、忘れないように保管します。

●「スマート e-SMBG」に ID とパスワードを設定する

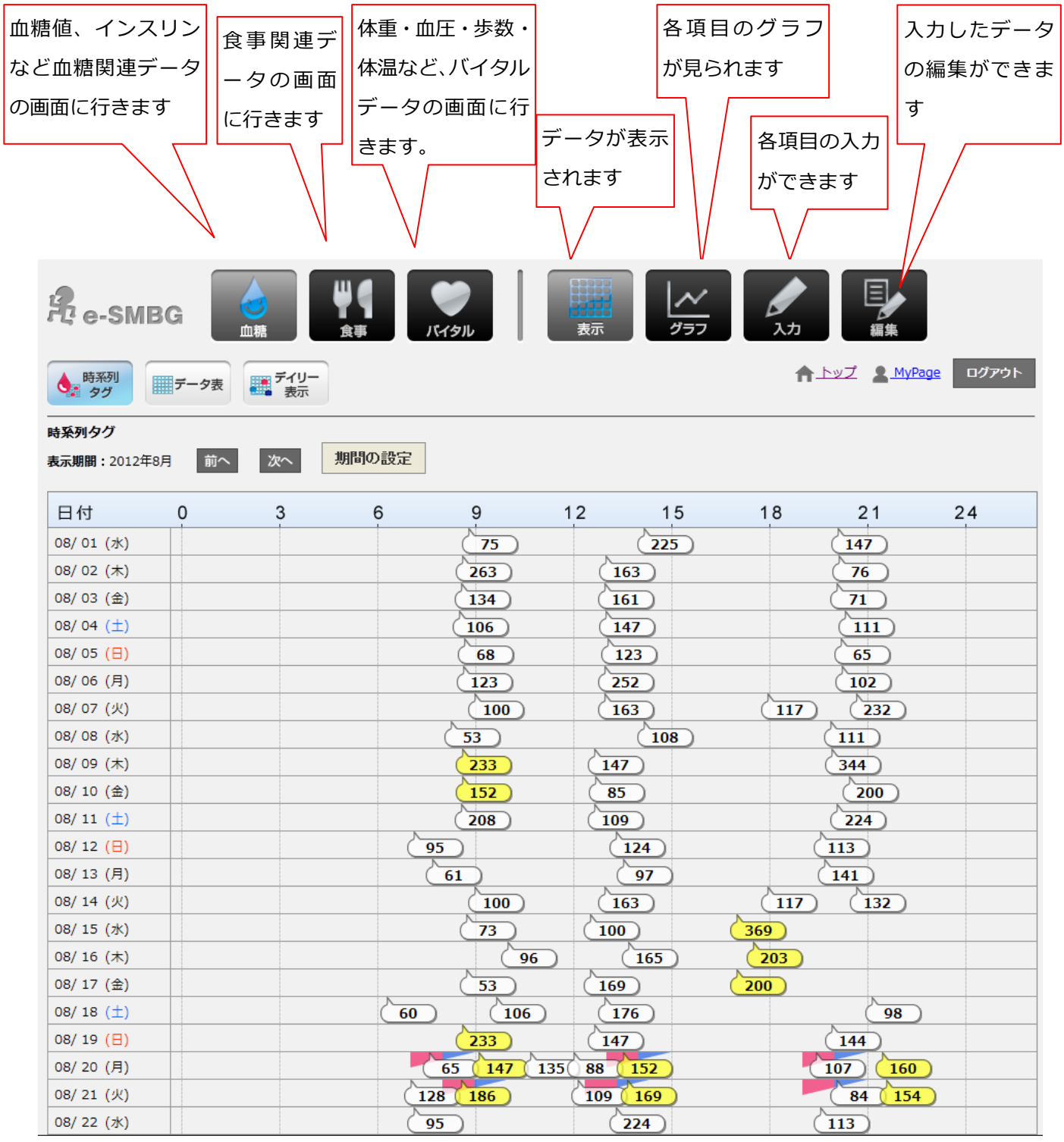
①　「設定」メニューの「e-SMBG 設定」からログイン ID とパスワードを設定します

正常に入力され、接続が確認されると(接続確認済み)と表示されます

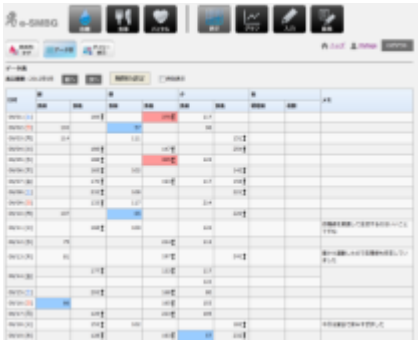
●e-SMBG の画面

転送した情報を PC などから e-SMBG の画面で見ることができます。

転送した情報を e-SMBG の画面で編集することもできます。再度スマートフォンで同期を行えば、スマートフォンのデータにも反映されます。



血糖値時系列タグ



血糖データ表

血糖時系列グラフ

血糖日内変動グラフ

食事一覧

バイタル表

バイタルグラフ

9 お問い合わせ先

運営者/開発者

アークレイ マーケティング株式会社
IT ソリューションセンター　ネットワークチーム
〒602-0008
京都市上京区岩栖院町(がんすいんちょう) 59 擁翠園(ようすいえん)内
京都研究所

問い合わせ先メールアドレス

arkrayandroid@gmail.com